

Hur använder du internet?

Välkommen att vara med i en undersökning om hur personer med funktionsnedsättningar använder internet

Varje år undersöks hur svenskar använder internet, datorer, telefoner och surfplattor. Men de flesta undersökningar visar nästan inget om hur det är för personer med olika funktionsnedsättningar.

Därför genomför vi nu en enkätundersökning som riktar sig till personer som har funktionsnedsättning.

Har du en funktionsnedsättning kan du vara med i den här undersökningen och berätta hur du använder internet.

Genom att delta bidrar du till att öka förståelsen för hur svenskar använder internet, liksom om det finns skillnader i användning mellan olika grupper av människor i samhället.

Ditt deltagande är frivilligt men vi hoppas att du vill vara med.

Dina svar bidrar till ett tillförlitligt resultat av undersökningen.

Genom att besvara enkäten samtycker du till att delta i enkätundersökningen.

Ingen obehörig kommer att ta del av de svar du lämnar i enkäten.

Vi registrerar eller spar inte namn eller annan information om dig.

Dina enkätsvar kommer därför inte att kunna kopplas till dig personligen när vi sammanställer resultatet.

Personuppgiftshandling regleras av EU:s dataskyddsförordning (GDPR) och Integritetsskyddsmyndigheten (www.imy.se) är tillsynsmyndighet.

Resultatet av enkäten kommer publiceras i vetenskapliga artiklar och i populärvetenskapliga rapporter på www.begripsam.se.

Undersökningen genomförs av företaget Begripsam (www.begripsam.se) i samarbete med forskare vid Centrum för klinisk forskning Dalarna.

Undersökningen finansieras av FORTE – Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd.

Kontakta oss gärna så berättar vi mer!

Skicka e-post till kerstin.ahlstrand@begripsam.se

Ring till Kerstin Ivarson Ahlstrand, telefon 073 230 00 81

Du kan också kontakta de ansvariga forskarna: docent Catharina Gustavsson eller teknologie doktor Stefan Johansson, info@begripsam.se.

Frågor om diagnoser, funktionsnedsättningar och svårigheter

Vilken eller vilka av dessa diagnoser, funktionsnedsättningar eller svårigheter har du?

Läs varje alternativ i listan. Markera de alternativ som stämmer in på dig. Saknar du något alternativ kan du använda "Annan" längst ner i listan.

- ADD
- ADHD
- Afasi
- Autismspektrum (Autism, Asperger)
- Bipolär
- Blind
- CP
- Demens, Alzheimer
- Depression
- Dyslexi
- Dyskalkyli, matematiksvårigheter
- Döv, barndomsdöv
- Döv, vuxendöv
- Dövblind
- Epilepsi
- Grav hörselnedsättning
- Grav synnedsättning
- Hjärnskada, förvärvad
- Huvudvärk, migrän
- Kommunikationssvårigheter
- Koncentrationssvårigheter
- ME/CFS (Kroniskt trötthetssyndrom) eller hjärntrötthet
- Känslig för starka intryck (flimmar, ljus, ljud)
- Läsvårigheter
- Minnessvårigheter
- MS
- Parkinson

- Räknesvårigheter
- Rörlighet i armar eller händer, finmotoriska svårigheter
- Stroke
- Schizofreni, psykosjukdom
- Självförtroende/självkänsla, bristande
- Skrivsvårigheter
- Social rädsla
- Språkstörning, DLD
- Svårt att förstå
- Svårt att lära mig nya saker
- Svårt att komma igång eller avsluta saker
- Svårt att sitta
- Svårt att behålla fokus på en uppgift
- Talsvårigheter
- Utvecklingsstörning eller intellektuell funktionsnedsättning
- Ångest
- Annan, beskriv vad:

Är det något mer du vill förklara om dina diagnoser, funktionsnedsättningar och svårigheter?

Beskriv gärna.

Frågor om internet

Med internet kan du besöka webbplatser som till exempel Youtube, SVT Play, Google.

Med internet kan du också skicka e-post och ha kontakt med andra via Facebook eller Zoom.

För att komma ut på internet använder du troligen en dator, en telefon eller en surfplatta.

Använder du internet?

- Ja
- Nej

Om ja, hur kopplar du upp dig mot internet?

Markera de påståenden som stämmer för din situation.

- Jag har ett wifi hemma (bredband via kabel, fiber, kabel-TV eller liknande)
- Jag letar upp gratis wifi utanför mitt hem
- Jag kopplar upp mig på jobbet
- Jag kopplar upp mig via mobilt bredband
- Vet inte
- Annat sätt, ange vad:

Om ja, hur betalar du för internet?

Markera de påståenden som stämmer för din situation.

- Jag har ett fast pris och en obegränsad surfpott
- Jag har ett fast pris men en begränsad surfpott
- Jag köper en surfpott när det behövs
- Jag köper en surfpott när jag har råd
- Någon annan betalar för mitt internet
- Vet inte
- Annat sätt, ange vad:

Är det något mer du vill berätta om din internetuppkoppling eller kostnaderna?

Hur tycker du det är att använda internet?

Med det menar vi din sammantagna känsla av att använda internet.

- Det är lätt att använda internet
- Det är svårt att använda internet
- Jag vet inte

Är något av följande svårt när du använder internet?

Du kan välja flera alternativ.

- Det är svårt att söka information
- Det är svårt att navigera, att hitta till rätt ställe
- Det är svårt att använda tjänster (till exempel fylla i blanketter, köpa och beställa saker)
- Det är svårt att förstå innehåll
- Det är svårt med lösenord
- Det är svårt för att design och utformning är störande
- Det är svårt för att det inte fungerar med mina hjälpmedel
- Det är svårt men jag kan inte beskriva varför
- Vet inte
- Annat, beskriv vad:

- Ingenting är svårt när jag använder internet

Har du svarat nej - att du inte använder internet:

Varför använder du inte internet?

Beskriv varför du inte använder internet. Du kan välja flera alternativ.

- Jag är inte intresserad
- Det är för svårt
- Jag kan inte för jag vet inte hur man gör
- Jag har ingen dator, telefon eller surfplatta
- Jag har ingen internetuppkoppling
- Jag har inte de hjälpmedel jag behöver
- Det är för dyrt
- Vet inte
- Annat, beskriv vad:

Tycker du att internet är svårt:

Beskriv gärna mer i detalj varför internet är svårt.

Oavsett om du använder internet eller inte använder internet:

Beskriv gärna vad du tycker är svårt.

Brukar du be någon om hjälp med att göra saker på internet?

- Ja
- Nej
- Vet inte

Om ja, vad brukar du be om hjälp med?

Beskriv gärna vad du brukar be om hjälp med, och vem som hjälper dig.

Vad av detta använder du på internet?

Sätt ett kryss för det du använder. Du kan välja flera alternativ.

- Blogg, har en egen
- Blogg, läser andras
- Facebook
- Instagram
- Snapchat
- TikTok
- Dejtingtjänster
- Vädertjänster, till exempel SMHI, Klart.se
- Musiktjänster, till exempel Spotify
- Kartor och vägvisning
- Spela spel
- Titta på TV-program, till exempel SVT Play
- Titta på Youtube
- Titta på streamingtjänster, till exempel Netflix, Disney+
- Lyssna på radioprogram via internet
- Lyssna på poddar
- Läsa dagstidning via internet
- Köpa biljetter till resor
- Köpa biljetter till evenemang
- Boka tider till sjukvården
- Boka tider till tandvården
- Mobilt BankID
- BankID på kort eller på fil
- Freja eID
- Swish
- Betala räkningar
- E-handel, köpa saker via internet
- Webbmöten, till exempel via Zoom, Teams, Skype, Messenger, Facetime
- Lyssna på ljudböcker, till exempel Storytel, Nextory
- Lyssna på talböcker lånade via Legimus
- E-post
- Digital brevlåda, till exempel Kivra eller Min myndighetspost
- Vårdmöten via internet
- 1177 webbplatsen med sjukvårdsinformation
- 1177 e-tjänster, där man behöver logga in

Privat sjukvård via nätet, till exempel Kry, Dr 24, Mindler

Vad är din inställning?

Berätta om din inställning till olika saker på internet.
Kan du inte svara på en fråga hoppar du över den.

Vill du kommentera din inställning till olika saker kan du göra det med egna ord efter dessa frågor.

Mobilt BankID

- Det är lätt att använda Mobilt BankID
- Det är svårt att använda Mobilt BankID
- Jag har ingen uppfattning

BankID på kort eller på fil

- Det är lätt att använda BankID på kort eller fil
- Det är svårt att använda BankID på kort eller fil
- Jag har ingen uppfattning

Freja eID

- Det är lätt att använda Freja eID
- Det är svårt att använda Freja eID
- Jag har ingen uppfattning

Berätta gärna mer om din inställning till mobilt BankID, BankID och Freja eID.

Betala räkningar via internet

- Det är lätt att betala räkningar
- Det är svårt att betala räkningar
- Jag har ingen uppfattning

E-handla

- Det är lätt att e-handla, köpa saker via internet
- Det är svårt att e-handla, köpa saker via internet
- Jag har ingen uppfattning

Berätta gärna mer om din inställning till att betala räkningar via internet och e-handla.

Vårdmöten via internet

- Det är lätt att genomföra vårdmöten via internet
- Det är svårt att genomföra vårdmöten via internet
- Jag har ingen uppfattning

Berätta gärna mer om din inställning till vårdmöten på internet.

1177 webbplatsen med sjukvårdsinformation

- Den är lätt
- Den är svår
- Jag har ingen uppfattning

1177 e-tjänster, där man behöver logga in

- Den är lätt
- Den är svår
- Jag har ingen uppfattning

Berätta gärna mer om din inställning till att använda 1177 webbplats och e-tjänster.

Trygghet och säkerhet på internet

Känner du dig trygg på internet?

- Alltid
- För det mesta
- Ibland
- Sällan
- Aldrig

Vad av detta har du råkat ut för?

- Lösenord har blivit kapade
- Jag har blivit lurad på pengar
- Jag har blivit lurad att göra saker jag inte vill
- Någon har talat illa om mig på sociala medier
- Jag har fått in virus i min dator/surfplatta/telefon
- Jag har blivit sexuellt utnyttjad på internet
- Inget av detta, men jag har råkat ut för:

- Inget, jag har inte råkat illa ut på nätet

Har du tillräckliga kunskaper om trygghet och säkerhet på internet?

- Ja
- Nej
- Vet inte

Beskriv gärna dina tankar om trygghet och säkerhet på nätet.

Din delaktighet i det digitala samhället

Känner du dig delaktig i det digitala samhället?

Det digitala samhället är allt vi kan göra via internet.

Det kallas ibland också informationssamhället.

Till vår hjälp har vi datorer, smarta mobiltelefoner och surfplattor.

Att vara delaktig i det digitala samhället kan handla om att

- ta del av medier (som SVT Play, Youtube, tidningar)
- använda sociala nätverk (som Facebook eller Twitter/X)
- söka information
- köpa varor och tjänster
- spela spel
- skicka e-post.

Med den beskrivningen, känner du dig delaktig i det digitala samhället?

- Ja
- Till viss del
- Nej
- Vet inte

Beskriv gärna dina tankar om din delaktighet i det digitala samhället.

Frågor om smarta telefoner

Har du tillgång till en smart telefon?

Till exempel en iPhone, Android-telefon eller Handi.

- Ja
- Nej
- Vet inte

Hur kunnig är du på att använda en smart telefon?

- Jag har tillräckliga kunskaper för att använda smart telefon
- Jag kan använda smart telefon men skulle behöva mer kunskaper och hjälpmedel
- Jag kan inte tillräckligt om smarta telefoner för det jag vill använda smarta telefoner till
- Jag kan inte alls använda smart telefon
- Vet inte

Om du använder en smart telefon; hur tycker du det är att använda en smart telefon?

- Lätt
- Varken lätt eller svårt
- Svårt
- Vet inte

Om du använder en smart telefon; har du några hjälpmedel till din smarta telefon?

Hjälpmedel kan vara appar, olika program eller funktioner som finns i din telefon.

Hjälpmedel gör telefonen enklare att använda.

- Ja
- Ja, men jag behöver fler hjälpmedel
- Nej
- Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel
- Vet inte

Använder du något av följande till din smarta telefon?

- Bildtelefon (för att prata teckenspråk)
- Förstoring
- OCR-program
- Ordprediktion
- Punktskriftsdisplay
- QR-scanner
- Röststyrning
- Skärmläsning, Voice Over
- Stavningskontroll
- Tal till text
- Talsyntes/uppläsning
- Telefonen i sig är mitt hjälpmedel
- Annat, beskriv vilket

Är det några appar i din smarta telefon som du tycker är till stor hjälp?

Beskriv gärna vilka.

Appar kan till exempel vara

- Be My Eyes
- Kalkylator
- ResLedaren
- Timstock.

Frågor om datorer

Har du tillgång till en dator i ditt hem?

Med dator menar vi en bärbar dator eller en stationär dator.

- Ja
- Nej
- Vet inte

Hur kunnig är du på att använda en dator?

- Jag har tillräckliga kunskaper för att använda dator
- Jag kan använda dator men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel
- Jag kan inte tillräckligt om datorn för det jag vill använda datorn till
- Jag kan inte alls använda dator
- Vet inte

Om du använder dator; hur tycker du det är att använda en dator?

- Lätt
- Varken lätt eller svårt
- Svårt
- Vet inte

Om du använder dator; har du några hjälpmedel till din dator?

Hjälpmedel kan vara program eller inställningar i din dator.

Hjälpmedel kan vara sådant som du kopplar till din dator så att den fungerar bättre för dig.

- Ja
- Ja, men jag behöver fler hjälpmedel
- Nej
- Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel
- Vet inte

Använder du något av följande till din dator?

- Bildtelefon (för att prata teckenspråk)
- Förstoring
- OCR-program
- Ordprediktion
- Punktskriftsdisplay
- QR-scanner
- Röststyrning
- Skärmläsningprogram, typ Jaws, Vocie Over
- Speciell mus
- Speciellt tangentbord
- Stavningskontroll
- Tal till text
- Talsyntes/uppläsningprogram
- Datorn i sig är mitt hjälpmedel
- Annat, beskriv vilket

**Är det några program i din dator som du tycker är till stor hjälp?
Beskriv gärna vilka.**

Program kan till exempel vara

- Kalkylator
- Röstinspelning

Frågor om surfplattor

Har du tillgång till en surfplatta?

- Ja
- Nej
- Vet inte

Hur kunnig är du på att använda en surfplatta?

- Jag har tillräckliga kunskaper för att använda surfplatta
- Jag kan använda surfplatta men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel
- Jag kan inte tillräckligt om surfplattan för det jag vill använda surfplattan till
- Jag kan inte alls använda surfplatta
- Vet inte

Om du använder surfplatta; hur tycker du det är att använda surfplatta?

- Lätt
- Varken lätt eller svårt
- Svårt
- Vet inte

Om du använder surfplatta; har du några hjälpmedel till din surfplatta?

Hjälpmedel kan vara appar, olika program eller funktioner som finns i din surfplatta.
Hjälpmedel kan vara något du kopplar till din surfplatta.
Hjälpmedel gör surfplattan enklare att använda.

- Ja
- Ja, men jag behöver fler hjälpmedel
- Nej
- Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel
- Vet inte

Använder du något av följande till din surfplatta?

- Bildtelefon (för att prata teckenspråk)
- Förstoring
- OCR-program
- Ordprediktion
- Punktskriftsdisplay
- QR-scanner
- Röststyrning
- Skärmläsning, Voice Over
- Stavningskontroll
- Tal till text
- Talsyntes/uppläsning
- Surfplattan i sig är mitt hjälpmedel
- Annat, beskriv vilket

Är det några appar i din surfplatta som du tycker är till stor hjälp?

Beskriv gärna vilka.

Appar kan till exempel vara

- Be My Eyes
- Kalkylator
- ResLedaren
- Timstock.

Frågor om dig

Vi vill kunna jämföra och analysera uppgifter i undersökningen.
Därför är det viktigt att vi får veta några saker om dig.

Vilket år är du född?

Svara med årtal (fyra siffror)

Vilket åldersintervall stämmer för dig?

- Under 16 år
- 16–24 år
- 25–34 år
- 35–44 år
- 45–54 år
- 55–64 år
- 65–75 år
- 76 år eller äldre

Vilken är din könstillhörighet?

- Man
- Kvinna
- Annan
- Jag vill inte svara

Är svenska ditt första språk?

Med första språk menar vi det språk du lärde dig först, som barn.

Om du inte lärde dig svenska först kan ditt första språk vara till exempel svenskt teckenspråk eller annat teckenspråk, engelska, finska, arabiska eller samiska.

- Ja
- Nej, ange i så fall ditt förstaspråk

I vilket län bor du?

- Stockholms län
- Uppsala län
- Södermanlands län
- Östergötlands län
- Jönköpings län
- Kronobergs län
- Kalmar län
- Gotlands län
- Blekinge län
- Skåne län
- Hallands län
- Västra Götalands län
- Värmlands län
- Örebro län
- Västmanlands län
- Dalarnas län
- Gävleborgs län
- Västernorrlands län
- Jämtlands län
- Västerbottens län
- Norrbottens län
- Vet inte

I vilken typ av ort bor du?

Markera det alternativ du tycker stämmer bäst.

Bor du på flera platser? Markera den plats du oftast bor på.

- Stad
- Mindre samhälle
- Landsbygd
- Vet inte

I vilken typ av boende bor du?

Bor du på flera ställen ska du välja det ställe där du bor oftast.

- Hyreslägenhet, vanlig
- Bostadsrätt (lägenhet eller hus)
- Villa, hus, gård
- Gruppboende
- Servicelägenhet
- Annat stödboende
- Annat, beskriv vilket:

Får du hjälp av någon i din vardag?

Med hjälp menar vi att någon kommer hem till dig, eller hjälper dig med praktiska saker. Till exempel att du har kommunal hemtjänst, personlig assistans, boendestöd eller god man.

- Ja
- Nej

Om ja, vilken typ av hjälp?

- Hemtjänst
- Personlig assistans
- Boendestöd, stödpersoner eller liknande
- God man/förvaltare
- Anhörig/närstående
- Annat, ange vad

Bor du tillsammans med någon?

- Ja
- Nej

Om ja, vem eller vilka bor du tillsammans med?

Du kan välja flera alternativ.

- Sammanboende, partner eller gift
- Barn under 18 år
- Hemmaboende barn över 18 år
- Bor med mina föräldrar eller en förälder
- Delar bostad med en vän (eller flera) – kollektivboende
- Annat, beskriv vad

Vilken är din högsta avslutade utbildning?

Vilken utbildning har du gått färdigt?

(Till exempel om du började gymnasiet men inte gick klart så blir din högsta avslutade utbildning grundskola.)

- Grundskola
- Grundsärskola
- Gymnasium
- Gymnasiesärskola
- Yrkesutbildning/Yrkeshögskola
- Folkhögskola
- Högskola/Universitet
- Annan, beskriv vad:

- Vet inte

Vilket eller vilka av följande tycker du stämmer med din nuvarande situation?

Välj minst ett alternativ. Du kan välja flera alternativ.

- Arbetar
- Arbetslös
- Hemma med barn
- Pensionär
- Sjukskriven
- Sjukersättning/Förtidspensionär
- Daglig verksamhet
- Aktivitetsersättning
- Studerar
- Annat, beskriv vad:

- Vet inte

Vilken inkomst har du per månad?

Har du olika inkomster varje månad ska du välja det alternativ du tycker passar bäst.

Med inkomst menar vi lön (före skatt) plus olika ersättningar och bidrag.

- 0 kronor
- 1–4 999 kronor
- 5 000 – 9 999 kronor
- 10 000 – 14 999 kronor
- 15 000 – 19 999 kronor
- 20 000 – 24 999 kronor
- 25 000 – 29 999 kronor
- 30 000 – 49 999 kronor
- 50 000 kronor eller mer
- Jag vill inte svara på den frågan

Hur fick du information om den här undersökningen?

- E-post
- Sociala medier, till exempel Facebook
- Webbplats
- Tidning
- Föreningsmöte eller annat möte
- Annat sätt, beskriv gärna

Från vem fick du information om den här undersökningen?

- Vän/närstående
- Min organisation
- Personal
- Begripsam
- Annan, beskriv gärna

Är det något mer du vill berätta?

Är det något mer du vill berätta om internet, datorer, telefoner och surfplattor?

Tack!

Tack för att du deltagit i den här undersökningen.

Dina svar bidrar till ett tillförlitligt resultat av undersökningen.

Resultatet av enkäten kommer publiceras i vetenskapliga artiklar och i populärvetenskapliga rapporter på www.begripsam.se.

Hjälp oss gärna att få in fler svar

Känner du någon som också borde svara på den här enkäten?

Tipsa den personen om undersökningen

och be personen använda den här länken för att svara:

<http://s.alchemer.com/s3/SMFOI-2025>